

Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Preddiplomski studij psihologije

Katarina Kezić

Obrambeni mehanizmi ličnosti – suvremeni pogled

Završni rad

Mentor: prof. dr. sc. Igor Kardum

Osijek, 2015.

Obrambeni mehanizmi ličnosti – suvremeni pogled

Obrambeni mehanizmi ličnosti danas su vrlo poznat pojam, ponajviše po njihovom psihoanalitičkom porijeklu i karakterističnom objašnjenju nesvjesnim procesima. Zbog toga se može činiti kako od vremena kad su nastali do danas nije puno učinjeno kako bi se dobio empirijski uvid u njihovo funkcioniranje i da se nalaze izvan suvremenih trendova u psihologiji. Dublja analiza istraživanja obrambenih mehanizama ipak daje indicije da je napravljen određen pomak od tradicionalnog objašnjenja obrambenih mehanizama. Cilj ovog rada je pokazati povijest proučavanja obrambenih mehanizama, njihovu implicitnu ili eksplicitnu integraciju u razna područja psihologije te predstaviti nove teorije u njihovom proučavanju. Područja koja su ovim radu izdvojena su razvojna psihologija, psihologija ličnosti, kognitivna psihologija i socijalna psihologija, premda taj popis ne predstavlja jedina područja u kojima se obrambeni mehanizmi ličnosti u nekom obliku pojavljuju. Naglasak je na novim shvaćanjima i teorijama koja više ili manje odstupaju od originalnog poimanja obrambenih mehanizama ličnosti te prikaz njihove međusobne isprepletenosti. Također bitno je napomenuti posljedice raspršenosti tih mehanizama po različitim područjima te nejasne i višeznačne taksonomije koja otežavaju daljnji teorijski i istraživački napredak u proučavanju obrambenih mehanizama. Istaknuta je potrebnost prepoznavanja važnosti obrambenih mehanizama, odmak od uskog shvaćanja obrambenih mehanizama u tradiciji originalne psihoanalize te uvođenja osnovnog okvira poimanja tih mehanizama.

Ključne riječi: obrambeni mehanizmi ličnosti, suvremeni trendovi, psihoanalitička teorija, nesvjesni procesi, taksonomija

Sadržaj

Uvod	1
Psihoanalitički početak obrambenih mehanizama ličnosti	3
Teorije o obrambenim mehanizmima	4
Prihvaćenost obrambenih mehanizama u različitim područjima psihologije	7
1.Razvojna psihologija	7
2.Psihologija ličnosti	9
3.Kognitivna psihologija	10
4.Socijalna psihologija	12
Kohezija teorija u novije vrijeme	14
Kritički osvrt.....	15

Uvod

Proučavanje obrambenih mehanizama započelo je svoj put razvijajući se u tradicionalnoj teoriji Freudove psihoanalize i temeljitom radu Ane Freud. U svojim najranijim formulacijama, obrambeni mehanizmi ličnosti opisani su kao nesvjesni procesi koji mijenjaju percepciju stvarnosti kako bi zaštitili osobu od prodiranja neprimjerenih misli, želja ili impulsa u svijest osobe (Fulgosi, 1997). Objašnjavanje strukture ličnosti i mehanizama koji se nalaze u podlozi ljudskog ponašanja impulsa i nesvjesnim procesima svojstveno je psihoanalitičkoj teoriji te upravo ta upečatljiva karakteristika predstavlja kamen spoticanja za znanstveno istraživanje i provjeravanje koncepta proizašlih iz Freudove teorije. No, unatoč odbacivanju njegove teorije od strane suvremenih psihologa upravo zbog nemogućnosti znanstvene provjere, tradicionalna psihoanalitička teorija neupitno je ostavila velik utjecaj na psihologiju općenito. Upravo su obrambeni mehanizmi koncept za koji se pokazao oživljeni interes pružajući time empirijske dokaze za određene ideje, iako ne nužno u obliku kako je to Freud pretpostavio (Larsen i Buss, 2008). Iako su se u novije vrijeme pojavila istraživanja koja na barem udaljen način pružaju potporu obrambenim mehanizmima kao načinu objašnjavanja određenih ponašanja, moguće je da zbog odbacivanja i tabua koji se vežu za Freudove ideje, ona nisu u potpunosti prihvaćena od strane suvremenih teoretičara (Zeigler-Hill i Pratt, 2007).

Kako bi se razjasnila cijela zavrzlama oko prihvaćanja, odnosno neprihvatanja, koncepta obrambenih mehanizama, moguće je podijeliti suvremene teoretičare u tri grupe po načinu njihovog vrjednovanja teorijske snage obrambenih mehanizama. S jedne strane neki svesrdno prihvaćanju vrijednost teorije i istraživanja o obrambenim mehanizmima, dok na drugom kraju kontinuuma takve teorije i istraživanja nailaze na potpuno odbacivanje. Između ta dva suprotna kraja nalaze se oni koji imaju umjereniji stav prema obrambenim mehanizmima ličnosti. Njih karakterizira u isto vrijeme i nada i sumnja u vrijednost tog koncepta, te ga više gledaju kao konstrukt koji bi mogao ispuniti pozitivna očekivanja. Što se tiče njihovog stava prema dosadašnjem radu o obrambenim mehanizmima, oni iskazuju skepticizam i razočaranje prema nejasnoći i višeznačnosti taksonomije koja se koristi, kliničkim ograničenjima te neuspješnim istraživanjima (Hentschel, Smith, Ehlers i Draguns, 1993).

Unatoč svim zaprekama, može se pratiti određeni put koji je koncept obrambenih mehanizama ličnosti prošao od Freuda pa sve do moderne psihologije. Istraživanja u području kognitivne psihologije koja potvrđuju postojanje procesa izvan svijesti, potaknula su daljnja empirijska istraživanja u ostalim područjima psihologije, omogućujući time da se polako i skoro nezamjetno koncept obrambenih mehanizama proširi kroz razne teorije i pretpostavke koje se tiču uzroka ljudskog ponašanja suočenog s nekom vrstom prijetnje. Iako se koristi različita taksonomija u istraživanjima, u pojedinim istraživanjima pomnom analizom mogu se uvidjeti međusobne sličnosti s obrambenim mehanizmima, unatoč odbacivanju nesvjesnih i pomalo „misterioznih“ procesa. Osim u kognitivnoj psihologiji, tragovi proučavanja obrambenih mehanizama mogu se naći u razvojnoj, socijalnoj i psihologiji ličnosti (Cramer, 2000). Prateći taj put obrambenih mehanizama može se uvidjeti kako su oni naposljetku pronašli svoje mjesto izvan psihoanalize i postali suvremenim predmetom interesa psihologa raznih usmjerenja. Tim procesom oni su doživjeli razne transformacije ovisno u kojoj teoriji i području psihologije se objašnjavaju, ali ono što je od početka ostalo isto je to da djeluju na području nesvjesnog. S postojanjem puno teorija koji ih implicitno ili eksplicitno objašnjavanja, može se očekivati i velik broj načina kojima se oni definiraju i koje im se funkcije pripisuju. Jedan od suvremenih načina poimanja obrambenih mehanizama je da su oni reakcije koje su prirodene ili nastale procesom učenja i služe smanjivanju frustracije i anksioznosti koje ih prate. Za njih se smatra da su većinom maladaptivni, odnosno nisu društveno pozitivni ili poželjni, jer mogu objektivnu situaciju učiti još težom (pogotovo ako se radi interpersonalnim odnosima), ali ipak imaju određene pozitivne strane jer im je glavna uloga smanjivanje unutarnje napetosti i služe kao uspješni mehanizmi abreagiranja (Petz i sur., 2005).

Cilj ovog rada je pokazati na koji način možemo prepoznati korištenje obrambenih mehanizama u različitim područjima psihologije, počevši s kratkim pregledom njihove povijesti i različitih teorija koje su se njima bavile kako bi na kraju pokazali neka suvremenija poimanja. Isto tako, cilj je predložiti kako postoje danas postoje velike razlike u objašnjavanju obrambenih mehanizama i kako unatoč njihovoj sad već dužoj povijesti, ne postoji slaganje među teoretičarima raznih područja u psihologiji oko njihova objašnjavanja, pa čak ni oko temeljnog definiranja njihovog postojanja.

Psihoanalitički početak obrambenih mehanizama ličnosti

Iako se danas obrambeni mehanizmi ne smatraju predmetom isključivo jednog područja ili teorijskog usmjerenja u psihologiji, početke njihova proučavanja nalazimo u tradicionalnoj psihoanalitičkoj teoriji koju je ustanovio S. Freud. Njegova teorija ličnosti pretpostavlja postojanje struktura ega, ida i superega te različitih razina svjesnosti koje predstavljaju kompleksan sustav psihičkog funkcioniranja. Promatrajući psihičko funkcioniranje svojih pacijenata, S. Freud je zaključio da postoje mehanizmi koji djeluju na nesvjesnoj razini i služe obrani od anksioznosti. On je razlikovao tri vrste anksioznosti, objektivnu koja predstavlja strah, neurotičnu koja je rezultat konflikta između ega i ida te naposljetku moralnu anksioznost koja nastaje zbog konflikta ega i superega. Za sve te vrste, pretpostavlja se da ego koristi (većinom na nesvjesnoj razini) obrambene mehanizme kako bi se suočio s prijetnjama i obranio se od njih, odnosno kako bi smanjio sve tri vrste anksioznosti. Način na koji oni to postižu je iskrivljavanje realnosti koja izaziva anksioznost, funkcionirajući na nesvjesnom planu te kreiranjem samoobmane koja ublažuje anksioznost, odnosno sprječava prodiranje impulzivnih nagona ida u svijest. Prema tome, obrambeni mehanizmi imaju dvostruku funkciju, obraniti ego i ublažiti nelagodan osjećaj anksioznosti i nesreće (Larsen i Buss, 2008).

Veliki doprinos raspravi o obrambenim mehanizmima dala je A. Freud koja je nastavila istraživati ono što je S. Freud započeo. S. Freud se najviše usmjerio na obrambeni mehanizam represije kojeg je smatrao globalnim mehanizmom koji leži u podlozi svih drugih mehanizama, a ostali mehanizmi sadrže određeni udio represije. A. Freud je sve njegove ideje o obrambenim mehanizmima skupila, identificirala i opisala u knjizi „*Ego i obrambeni mehanizmi*“ te je nadodala još neke mehanizme (Hock, 2004). Ona je izdvojila deset obrambenih mehanizama: represija, regresija, reaktivna formacija, izolacija, poništavanje, projekcija, introjekcija, okretanje protiv sebe, preokretanje i sublimacija (Teo i sur., 2014). Od tih mehanizama, samo je sublimacija smatrana zdravim načinom ponašanja, dok su svi ostali smatrani znakovima neke patologije. A. Freud također spada među prve ego psihologe, za koje je karakteristično veće stavljanje naglaska na važnosti ega te smanjivanje važnosti

nesvjesnog. Prema tom ogranku psihoanalize, ego ne predstavlja samo sponu između zahtjeva drugih psihičkih struktura i okoline, već ima puno samostaliju i nezavisniju ulogu, ima funkcije i utjecaj na dinamiku ličnosti koje su odvojene od ida te također može samostalno iskoristavati energiju za vlastite procese. Takvo stajalište utjecalo je na koncepciju obrambenih mehanizama koji su smatrani načinima kojima se ego brani od instinktivnih snaga i služe prilagodbi ličnosti i njenoj organizaciji (Fulgosi, 1997).

Ideje koje su potekle iz tradicionalne psihoanalize ostavile su značajan trag u psihologiji, iako su mnoga objašnjenja i konstrukti kritizirani i odbačeni. No, obrambeni mehanizmi su se održali tako da se i danas istražuju, premda se njihova definicija razlikuje od one koju nam je ponudila Freudova psihoanaliza.

Teorije o obrambenim mehanizmima

Paulhus, Fridhandler i Hayes (Hogan, Johnson i Briggs, 1997) pokušali su sažeti i razvrstati sve moderne teorije koje se bave, kako oni to nazivaju, „psihološkom obranom“. Pod tim širokim pojmom oni obuhvaćaju sve procese regulacije neugodnih osjećaja (npr. depresija, anksioznost, gubitak samopoštovanja), jer među suvremenim teoretičarima postoji neslaganje oko definiranja što su to obrambeni mehanizmi i što oni obuhvaćaju. Unatoč tomu, određena distinkcija je moguće prema kojoj u usporedbi sa širim pojmom psihološke obrane, obrambeni mehanizmi su uži pojam koji se odnosi na mentalne procese koji djeluju na nesvjesnoj razini kako bi smanjili bolne emocije.

Moderna psihoanaliza uglavnom se nastavila razvijati u onom smjeru koji su započeli Sigmund i Anna Freud, rastavljajući koncept obrambenih mehanizama kako bi dobili bolji uvid u njihovo funkcioniranje. Značajniji utjecaj ostavio je O. Kernberg (1976, 1984; prema Hogan i sur., 1997) definirajući novu dijagnostičku kategoriju prema kojoj se normalno od neurotičnog funkcioniranja razlikuje po svojstvu ovisnosti o određenom skupu obrambenih mehanizama. Osobe s takvom graničnom organizacijom ličnosti, ne potiskuju neželjene misli ili osjećaje, oni su prisutni u svijesti, samo se doživljavaju kao da se događaju nekome

drugome. Druga struja istraživanja obrambenih mehanizama vođena je Freudovim suparnikom, P. Janetom koji je smatrao da obrambeni mehanizmi sužavaju svijest (umjesto da preusmjeravaju u nesvjesno) te se takva pretpostavka slaže s modernim teorijama informacijskog procesiranja (Bowers & Meichenbaum, 1984, C. Perry & Laurence, 1984; prema Hogan i sur., 1997).

Velik utjecaj na moderno shvaćanje obrambenih mehanizama ima rad Haan i suradnika (Hogan i sur., 1997). Kreiranjem nove taksonomije funkcija ega, Haan i Kroeber (Hogan i sur., 1997) razlikuju strategije suočavanja i obrambene mehanizme. Prvi su adaptivni i djeluju na svjesnoj razini, dok se obrambeni mehanizmi opisuju kao prisilni, maladaptivni, rigidni, distorzirani te da se usmjeravanju na prošlost i time iskrivljavaju sadašnjost. Ukratko, za razliku od obrambenih mehanizama koji se nalaze na putu zrelih moralnim ponašanjima, strategije suočavanja ih olakšavaju (Haan, 1985, 1986; prema Hogan i sur., 1997). Osim navedena dva mehanizma, Haan uvodi fragmentaciju koja zajedno s obrambenim mehanizmima i strategijama suočavanja tvori trijadu. Ta trijada objašnjava kako ljudi ukoliko mogu suočavaju se, brane se ukoliko to moraju, a ako ništa od toga ne uspije dolazi do fragmentacije svijesti (Haan, 1977; prema Hogan i sur., 1997). Takvo poimanje obrambenih mehanizama ima dvostruki značaj: 1) predstavlja proširenje i detaljniju elaboraciju dotadašnjeg uskog poimanja obrambenih mehanizama te 2) Haan je kreirala mjerni instrument pomoću kojeg se prvi put mogao dobiti uvid u obrambene mehanizme.

Za detaljniji uvid u kognitivni aspekt funkcioniranja obrambenih mehanizama ličnosti možemo zahvaliti radu Erdelyija (Hogan i sur., 1997), odnosno njegovom širokom teoretskom okviru koji je omogućio eksperimentalnu potporu obrambenim mehanizmima. On je pretpostavljao da je moguće laboratorijskim istraživanjima pokazati kako uistinu postoji selektivno odbacivanje informacija od svijesti. Konkretnije, njegova teorija predlaže da nečija obrambena sklonost utječe na cjelokupno informacijsko procesiranje i da u podlozi toga leži više mehanizama. On se kasnije usmjerio na proučavanje mehanizma represije, dajući sa svojim nalazima potvrdu Freudovoj koncepciji represije jer je smatrao kako namjerno nerazmišljanje o određenoj temi je sasvim dovoljno za izazivanje amnezije. Iako je smatrao kako je to u potpunosti u skladu s Freudovim stajalištem o represiji, on navodi kako ona uopće ne mora biti nesvjesna i ne mora nužno služiti kao obrambeni mehanizam. Njegova teorija obrambenih mehanizama nudi objašnjenje i drugih mehanizama (osim represije) oslanjajući se na Bartlettovu teoriju pamćenja, a ono što čini osnovu njegovo teoretskog rada su studije slučaja zajedno s nekoliko eksperimentalnih istraživanja.

Ihilevich i Gieser (1969, Ihilevich i Gieser, 1986; prema Hogan i sur., 1997) razvili su opširniju teoriju kojom objašnjavaju kako ljudi funkcioniraju kad su suočeni s prijetnjom/konfliktom te su osmislili mjerni instrument kako bi to ispitali (Inventar obrambenih mehanizama). Njihova dvorazinska teorija razlikuje na prvoj razini način rješavanja problema usmjeren na mijenjanje sebe od onog usmjerenog na mijenjanje okoline te na drugoj razini razlikuju tri moguća načina na koji ljudi mogu odgovoriti na prijetnju, a to su rješavanje problema, suočavanje te obrambene strategije. Vidimo da su u ovoj teoriji obrambeni mehanizmi samo jedan od načina na koji se može ponašati kad smo suočeni s prijetnjom. Zapravo Ihilevich i Gieser pretpostavljaju da će se obrambeni mehanizmi javiti samo kada rješavanje problema nije učinkovito ili primjereno te djeluju tako da iskrivljavaju stvarnost i stvaraju iluziju kontrole.

Na kraju pregleda teorija koju su utjecali na suvremeno shvaćanje i istraživanje obrambenih mehanizama ličnosti, treba izdvojiti teoriju upravljanja terorom koja je vjerojatno najveći izvor suvremenih ideja o psihološkim obranama (Hart, 2014). Teorija upravljanja terorom pretpostavlja da se velik broj ljudskih motiva višeg reda može djelomično pripisati nesvjesnim obranama od svjesnosti vlastite smrtnosti. Središnja ideja teorije pretpostavlja da su ljudi zbog straha od smrti motivirani zamišljati sebe kao dobre pripadnike značajnog i egzistencijalno zadovoljavajućeg društva. Kako bi ublažili strah od smrti, ljudi teže imati pozitivan osjećaj o sebi i smislene sustave vjerovanja (internalizirane kulturalne stavove) jer time dobivaju simboličan osjećaj besmrtnosti. Prema ovoj teoriji obrana od straha od smrtnosti se odvija pomoću dva procesa: 1) distalnih mehanizama koji djeluju kada je strah u podsvijesti, pomoću njih daju smisao životu i oni su suprotnosti sa smrtnošću i 2) proksimalnih mehanizama koji djeluju zbog suočavanja sa svojom smrtnošću, njima se smanjuje prijetnja od smrti (poricanje, racionalizacija, supresija...) i omogućuje se ponovno djelovanje distalnih mehanizama. Snaga ove teorije leži u mogućnosti korištenja njenih pretpostavki kako bi se nadopunile druge teorije (npr. teorija privrženosti i pripadanja) kojima se danas pokušavaju objasniti obrambeni mehanizmi ličnosti (Hart, 2014).

Prihvaćenost obrambenih mehanizama u različitim područjima psihologije

1. Razvojna psihologija

Interes za obrambene mehanizme ličnosti u razvojnoj psihologiji počeo je još s radom A. Freud i do danas se zadržao producirajući opsežan i detaljan uvid u načine kako se obrambeni mehanizmi razvijaju tijekom vremena te kako oni djeluju kod djece i adolescenata. Iako ima korijene u psihoanalizi, mnogi drugi teoretičari bavili su se razvojem obrambenih mehanizama omogućujući eksperimentalnim istraživanjima izlazak obrambenih mehanizama iz okvira psihoanalize. Cramer (1991) je podijelila dvije vrste teorija kojima se pokušava razjasniti kako obrambeni mehanizmi djeluju u mlađoj dobi, kako se mijenjaju i što se to smatra „prikladnim“ obrambenim ponašanjem za određenu dob. Prema tome, razvoj obrambenih mehanizama može se promatrati kao kronološki redosljed pojavljivanja različitih obrambenih mehanizama ili kao individualni razvoj u kojem se svaki pojedinac razlikuje od drugoga. Početni radovi A. Freud koji se bave kronološkim poretkom obrambenih mehanizama mogu se svrstati u prvu verziju teorija. Ona je kasnije odustala od tog cilja smatrajući kako je potrebno više znati o ranom kognitivnom razvoju djeteta. Zahvaljujući Piagteovim, Kohlbergovim, Loevingerovim i Eriksonovim istraživanjima razvoja potaknuto je daljnje istraživanje razvoja obrambenih mehanizama jer na temelju njihovih nalaza može se pretpostaviti postojanje predvidljivog obrasca pojavljivanja obrambenih mehanizama kroz razvoj te postojanje prevladavajućih obrambenih mehanizama u određenim fazama razvoja (Cramer, 1991).

Unutra kronološke perspektive razvoja, mogu se razlikovati dva pristupa istraživanja odnosa među obrambenim mehanizmima. Za horizontalni pristup karakteristično je postojanje vremenske crte na kojoj je pojava obrambenih mehanizama kronološki poredana, dok vertikalni pristup pretpostavlja postojanje hijerarhijske podjele obrambenih mehanizama prema stupnju njihove složenosti ili realnosti distorzije (Cramer, 1991). Kronološko viđenje razvoja obrambenih mehanizama koristi se u novijim istraživanjima, npr. istraživanje kojim je kroz longitudinalna i transverzalna proučavanja promjena dječje upotrebe određenih obrambenih mehanizama pokazano da se kognitivno lakši obrambeni mehanizmi koriste u mlađoj dobi, dok se oni složeniji dominantno koriste u adolescenciji i mlađoj odrasloj dobi (Cramer, 2000).

Teorije individualnog razvoja obrambenih mehanizama pokušavaju saznati kad se prvi put pojavljuje obrambeno ponašanje, postoje li prethodne faze, mogu li se razlikovati rani i kasniji oblici istog mehanizma te što se događa s određenim mehanizmom kroz vrijeme, nestane li on ili evoluiru u drugi mehanizam. Problem kod ovih teorija predstavlja što ni detaljna longitudinalna istraživanja ne mogu riješiti problem uzroka i posljedice, odnosno pomoću njih teško je dokazati da su rana ponašanja uzročno povezana s kasnijim manifestacijama nekog obrambenog mehanizma (Cramer, 1991). Opsežna istraživanja patološke upotrebe obrambenih mehanizama kod deprivirane djece ili one suočene s opasnošću koje je provela Fraiberg, mogu se svrstati u ovaj tip istraživanja (Kernberg, 1994).

Cramer (2000) navodi još neka područja u interesu razvojne psihologije koja se bave obrambenim mehanizmima, a ne uključuju samo istraživanje njihovog razvojnog puta. Jedno od područja interesa je odnos privrženosti i zlostavljanja djece. Ponašanja privrženosti djece roditeljima koji ih zlostavljaju pokušavaju se objasniti određenim obrambenim mehanizmima kao i zašto majke koriste isti stil privrženosti koji su koristili i njihovi odgajatelji te zašto majke koje su u djetinjstvu proživjele nasilje postaju nasilne. Za djecu se pretpostavlja da koriste psihološke mehanizme obrane kako bi se zaštitili od nasilnog skrbnika, dok se za majke pretpostavlja da u podlozi njihovog stila privrženosti mogu stajati potisnuta sjećanja.

Drugo područje koje navodi Cramer (2000) je istraživanje samopoštovanja djece. Kod uzimanja iskaza djece uzima se u obzir mogućnost da iza vrlo visokog dječjeg samopoštovanja stoje obrambeni mehanizmi (Cassidy, 1988; prema Cramer, 2000). Osim toga, istraživanja su pokazala kako se na temelju niskog samopoštovanja djece mogu predvidjeti neka psihološka obrambena ponašanja u ranoj odrasloj dobi (Cramer i Block, 1988; prema Cramer 2000). Diskrepancija u verbalnom i neverbalnom izražavanju emocija kod djece također se može objasniti obrambenim mehanizmima u podlozi izražavanja pozitivnih emocija. Moguće je da socijalno neprihvatljive negativne emocije ostaju potisnute u svijesti djeteta, te zbog toga ono izvještava pozitivne emocije, iako njegove facijalne ekspresije ukazuju na sasvim drugačije emocije (Strayer i Roberts, 1997; prema Cramer, 2000). Naposljetku, istraživanja na području moralnog razvoja pokazala su da adolescenti koji upotrebljavaju snažne obrambene mehanizme pokazuju nižu razinu moralnog prosuđivanja te da se na temelju uporabe obrambenih mehanizama u ranijoj dobi može predvidjeti moralno prosuđivanje u kasnoj adolescenciji (Matsuba i Walker, 1998; prema Cramer, 2000) te u ranoj odrasloj dobi (Hart i Chmiel, 1992; prema Cramer 2000).

Za primjer recentnijih istraživanja razvoja obrambenih mehanizama možemo uzeti istraživanje tipične djece u dobi od 47 do 102 mjeseca (Tallandini i Caudek, 2010). Kroz

analizu dječje igre pokazano je da su obrambeni mehanizmi povezani sa središnjim aspektima emocionalnog života djece te da njihova manifestacija ovisi o dobi djeteta, spolu, temperamentu i verbalnim vještinama. Također, rezultati su pokazali da su promjene upotrebe obrambenih mehanizama u skladu s promjena u važnim domenama poput razvoja ega, emocija te samopoimanja. Na kraju treba spomenuti da autori smatraju da njihovi rezultati potvrđuju kako upotreba obrambenih mehanizama nije nužno patološka jer su ih sva djeca u njihovom istraživanju koristila, ali da njihova nerazmjerna upotreba može ukazivati na poteškoće u psihološkom funkcioniranju.

2. Psihologija ličnosti

Suvremena istraživanja obrambenih mehanizama ličnosti u području psihologije ličnosti pomaknula su istraživanja koncepta ega na istraživanje selfa što je bliže pogledu socijalnih psihologa. Prema tome nije nužan unutarnji konflikt koji bi izazvao obrambene mehanizme, već je moguće da sama percepcija bilo koje prijetnje vlastitom opstanku, prihvaćenosti i sigurnosti u socijalnom svijetu može potaknuti djelovanje obrambenih mehanizama. Takvo pomicanje s tradicionalnog Freudovog stajališta da su obrambeni mehanizmi izazvani intrapsihičkim konfliktima, potaknuti su brojnim istraživanjima koja su ukazala na utjecaj drugih čimbenika. Osjećaj gubitka ili krivice, intenzivan stres, osjećaj srama, prijetnje samopoštovanju, objektivnom selfu i temeljnim osobnim uvjerenjima neki su od čimbenika za koje je pokazano da također mogu potaknuti ili prethode obrambenim mehanizmima (Hentschel, Draguns, Smith i Ehlers, 2004). Pomak od psihoanalitičkih stajališta napravljen je i u pogledu promatranja obrambenih mehanizama kao psiholoških funkcija koje mogu imati pozitivne i poželjne posljedice te dio normalnog razvoja (Teo i sur., 2014).

Područje razvoja ličnosti te statusa ličnosti također je naišlo na moguća objašnjenja u sklopu teorije obrambenih mehanizama. Ukoliko se prihvati pretpostavka da je razvoj ličnosti u adolescenciji prožet anksioznošću, onda možemo proučavati ulogu koju imaju obrambeni mehanizmi u ublažavanju te anksioznosti. U skladu s time, istraživanja na adolescentima pokazala su da u fazama neposvećenosti određenom identitetu obrambeni mehanizmi snažnije djeluju nego u fazama kada se adolescenti posvete određenom identitetu te da je djelovanje obrambenih mehanizama linearno povezano sa razinom kriza u razvoju identiteta (Cramer, 2000).

U interesu suvremene psihologije ličnosti su i razlike među spolovima u korištenju

obrambenih mehanizama. Iako je tema spolnih razlika već prije istraživana (Cramer, 1991), Petraglia, Thygesen, Lecours i Drapeau (2009) produbili su istraživanja o spolnim razlikama ispitivajući razlike u sveukupnom djelovanju obrambenih mehanizama, razini obrambenosti, obrambenom stilu te individualnim obrambenim mehanizmima. Rezultati njihovog istraživanja pokazali su da iako nema razlike među muškarcima i ženama ako pogledamo funkcioniranje obrambenih mehanizama općenito, oni se ipak oslanjaju na drugačije organizirane strukture obrambenih mehanizama u konfliktnim situacijama.

Zeigler-Hil i Pratt (2007) nastavili su trend istraživanja mogućih uzroka djelovanja obrambenih mehanizama. Oni su pretpostavili da osim interpsihičkih konflikata, na obrambene mehanizme mogu djelovati i interpersonalni odnosi. Takva pretpostavka potvrđena je samo za nezrele obrambene mehanizme i samo za jedan obrambeni mehanizam na zrelijoj razini, što znači da barem u nekoj mjeri interpersonalni odnosi mogu utjecati na djelovanje obrambenih mehanizama.

Naposljetku, Muris, Winands i Horselenberg (2003) istraživali su odnos obrambenih mehanizama ličnosti, crta ličnosti i psihopatoloških simptoma kod mladih psihički „zdravih“ osoba. Rezultati su pokazali kako postoji povezanost između psihoticizma i neurotizma te neurotičnih i nezrelih obrambenih mehanizama ličnosti s jedne strane i psihopatoloških simptoma s druge strane.

3. Kognitivna psihologija

Rana prepreka u proučavanju obrambenih mehanizama ličnosti je njihova definicija prema kojoj su oni pripadali misterioznim nesvjesnim procesima koji se nisu mogli podvrgnuti istraživanjima da bi se dobio egzaktniji uvid. Ono što je ipak omogućilo istraživanje i pomaknulo granice obrambenih mehanizama izvan psihoanalitičke teorije je znanstveno prihvaćanje postojanja mentalnih procesa koji se nalaze izvan svijesti, dajući time empirijsku podlogu obrambenim mehanizmima s područja kognicija (Cramer, 2000). Suvremeno poimanje s gledišta kognitivnih teorija kaže da su obrambeni mehanizmi jedinstven set mentalnih operacija, strategija rješavanja različitih konflikata, a ne samo određenih vrsta konflikata, te osim što služe za rješavanje intrapsihičkih napetosti, oni također predstavljaju strategije koje se široko koriste u svakodnevnom životu za rješavanje složenih ili jednostavnih kognitivnih zadataka (Hentschel i sur., 2004). Općenito na području istraživanja obrambenih

mehanizama, doprinosi kognitivne psihologije su značajni i što se tiče razvoja teorija i metoda.

Iako nisu direktno povezani s detaljnim istraživanjem funkcioniranja obrambenih mehanizama, istraživanja koja su pokazala da je moguće upamtiti nešto mimo djelovanja svijesti pružaju podršku mehanizmima represije (Greenwald, 1991; prema Carmer 2000), a i obrambenim mehanizmima općenito. Potporu nesvjesnim procesima na temelju kojih funkcioniraju obrambeni mehanizmi daju i istraživanja donošenja odluka izvan svjesnih procesa koja pokazuju da postoje kognitivni procesi koji nisu dostupni svjesnoj obradi tijekom ili nakon izvedbe (Erdelyi 1985; prema Cramer, 2000). Osim općenite podloge, postoje istraživanja određenih obrambenih mehanizama. Primjeri za to pružaju Heilbrun i Pepe (1985; prema Hogan i sur., 1997) koji metodom samoopisa u različitim motivacijskim uvjetima razvijaju konkretne mjere za istraživanje mehanizama represije, projekcije, racionalizacije i poricanja.

Jedan od načina ispitivanja djelovanja obrambenih mehanizama je ispitivanjem pažnje. Na temelju istraživanja intruzija u govoru, Wegner (1989; prema Hogan i sur., 1997) zaključuje da supresijom neželjenih misli nastaju intruzije u govoru, a Paulhus i Levitt (1987; prema Hogan i sur., 1997) pokazuju kako pod utjecajem prijetećih distraktora raste pozitivnost samoopisa te da taj proces predstavlja automatski mehanizam obrane osobe pod stresom. Također, ispitivanje psihofizioloških reakcija je jedna od metoda koju promiču kognitivni psiholozi, a primjer za korištenje takvih mjera je ispitivanje odnosa provodljivosti kože i represije, evociranih potencijala i osoba sklonih represiji te uloge obrane kod stvaranja dojmova i psihološke pobuđenosti. Razlozi koji se navode za upotrebu psihofizioloških reakcija u istraživanju obrambenih mehanizama su dvojaki, oni se s jedne strane često koriste kao indikatori psihološke povrede, a s druge kao indikatori obrambenosti (Hogan i sur., 1997).

S obzirom na sličnost njihovih funkcija, jedan od predmeta interesa kognitivnih psihologa je i proučavanje razlika između obrambenih mehanizama ličnosti i ostalih kognitivnih strategija. Kao najbitnija razlika između to dvoje navodi se manja podložnost obrambenih mehanizama svjesnoj kontroli što ih čini puno manje podložnim promjenama i relevantnim za određenu situaciju. Također se pretpostavlja da su obrambeni mehanizmi nastali transformacijom iz općih kognitivnih strategija, a međusobno povezani uvjeti koji su potrebni za takvu promjenu su ograničavanje njihove funkcije za primarno služenje intarpsihičkim potrebama ili konfliktima, upotreba kognitivnih strategija bez svjesne kontrole te zadnji uvjet je

shematizacija kojom kognitivne strategije postaju manje fleksibilne i podložne varijacijama (Hentschel i sur., 2004). Unatoč takvom poimanju obrambenih mehanizama, ne smatra se da oni imaju isključivo ulogu u kognicijama, odnosno smatra se da utječu i na percepciju, emocije, verbalno ponašanje, interpersonalne odnose i fiziološke odgovore (Hentschel i sur., 2004).

Problem razlikovanja obrambenih mehanizama od ostalih kognitivnih mehanizama, točnije strategija suočavanja, u novije vrijeme istraživali su Maricutoiu i Crasovan (2014). U skladu s gore navedenim pretpostavkama da su kognitivne strategije i obrambeni mehanizmi usko povezani, rezultati njihovog istraživanja pokazali su da strategije suočavanja i obrambeni mehanizmi pokazuju visok udio zajedničke varijance. Takvu snažnu povezanost autori objašnjavaju pretpostavkom da ta dva kognitivna mehanizma zapravo predstavljaju dvije vrste adaptacijskog procesa, odnosno da su to dva koncepta koji opisuju isti adaptacijski proces. Oni također naglašavaju problem teoretske neusklađenosti između korištenja samo pasivnih strategija suočavanja s jedne strane i s druge strane, većinom aktivnih strategija u objašnjavanju adaptacijskih procesa. Njihovi rezultati su pokazali da se adaptacijski proces sastoji od dva slabo povezana procesa, jednog aktivnog (ili zrelog) i drugog pasivnog (nezrelog) procesa. Na kraju zaključuju da je potreba integracija između različitih teorijskih perspektiva i empirijskih nalaza kako bi se dobila sveobuhvatnija slika u načine kako se ljudi suočavaju s negativnim emocijama i negativnom slikom o sebi.

4. Socijalna psihologija

Obrambeni mehanizmi ličnosti u početku su bili kompletno odbačeni kao predmet istraživanja u socijalnoj psihologiji. Naravno, zbog svoje naravi kao nesvjesnih procesa koji se ne mogu eksperimentalno proučavati, socijalni psiholozi nisu smatrali da bi takav koncept mogao postati koncept prihvaćen u njihovim teorijskim objašnjenjima ljudskog ponašanja. Zbog toga obrambeni mehanizmi ličnosti postaju svojevrsan tabu, pogotovo nakon prihvaćanja atribucijske teorije koja kognicije promatra „hladno“, odnosno lišeno afekta. Unatoč tomu, zanimanje za elemente obrambenih mehanizama u socijalnoj psihologiji postoji, iako se ne koristi tradicionalna terminologija (Hogan i sur., 1997). Teoretičari socijalne psihologije proučavaju procese kojima ljudi sami sebe obmanjuju, poboljšavaju samopouzdanje i

održavaju nerealne iluzije o sebi, koji iako se ne nazivaju imenima obrambenih mehanizama, uvelike slične njima. Tako možemo usporediti proces atribucije s mehanizmom projekcije, koncept traženja žrtvenog janjeta s mehanizmom premještanja, smanjivanje kognitivne disonance s mehanizmom izolacije, trikove kojima se poboljšava samoprezentacija koja je suprotnosti sa negativnim značajkama (poput rasizma, seksizma, predrasuda...) s reaktivnom formacijom, pozitivne iluzije s negiranjem, protučinjenično razmišljanje s poništavanjem itd. (Cramer, 2000).

Neki od razloga zašto postoji takvo odstupanje između koncepata u socijalnoj psihologiji i koncepta obrambenih mehanizama mogu se pripisati naginjanju socijalne psihologije proučavanju motivacije za održavanjem ili poboljšavanjem slike o sebi, a ne motivacije ublažavanja ili uklanjanja anksioznosti. Također oni proučavanju prijetnje koje mogu naštetiti pozitivnoj slici o sebi, a ne prijetnje koje tipično proučava psihoanalitička teorija. Prednost u proučavanju takvih prijetnji je ta što se oni mogu laboratorijski provjeravati. Korak prema približavanju obrambenih mehanizama, pružaju istraživanja prijetnji identitetu koja prepoznaju da su te prijetnje važnije od onih usmjerenih prema samopouzdanju (Swann, 1992; prema Hogan i sur., 1997). Nadalje, istraživanja koja se bave zaštitom osjećaja kontrole, depresivnim realizmom te pozitivnim iluzijama isto tako se približavaju konceptu obrane ličnosti. S vremenom, na određeni način u terminologiji socijalne psihologije polako ulazi obrambenost i to se može primijetiti po konstruktima poput obrambene atribucije, obrambenog samopredstavljanja i obrambenog pesimizama te čak uvođenja pojma projekcije (Hogan i sur., 1997).

Obzirom na takvu bliskost između pojmova obrambenih mehanizama i onih u socijalnoj psihologiji, Baumeister, Dale i Sommer (1998) direktno su pristupili provjeri tradicionalnih obrambenih mehanizama. Oni su proučavali mehanizme za koje smatraju da potiču još od S. Freuda (odnosno A. Freud), a to su reaktivna formacija, projekcija, premještanje, poništavanje, izolacija, sublimacija i negiranje. Oni priznaju da moderna psihologija ličnosti i socijalna psihologija generalno ne izučavaju više načine prekrivanja nečiji seksualnih i agresivnih impulsa, ali da je interes za obrambene mehanizme opstao. Oni čak prave korak dalje pretpostavljajući da je moguće da Freudov pogled na obrambene mehanizme kao zaštite od izbijanja agresivnih ili seksualnih impulsa u svijest nije toliko u suprotnosti s pogledom socijalnih psihologa koji smatraju da su ljudi motivirani zaštititi svoje samopouzdanje. Uzimajući u obzir vrijeme u kojem je on živio, moguće je da ti impulsi predstavljaju zapravo prijetnju nečijem samopouzdanju. U skladu s tom pretpostavkom, autori navode kako većina modernih socijalnih psihologa smatra kako ljudi brane vlastito samopoimanje od prijetnja

samopouzdanju. Rezultati njihovog istraživanja pokazuje kako postoji određena empirijska potvrda obrambenim mehanizmima iz skupa istraživanja socijalne psihologije i psihologije ličnosti koji su oni analizirali. Za reaktivnu formaciju općenito kao fenomena pronađeno je dosta potvrdnih nalaza iz analiziranih istraživanja, no oni se ne idu sasvim u prilog Freudovom načinu objašnjavanja tog mehanizma. Autori smatraju da obzirom da se ovaj mehanizam pokazao kao prominentni i česti odgovor na prijetnju samopouzdanju, on se trebao uvrstiti u terminologiju socijalne psihologije i psihologije ličnosti. Također su našli potvrdu za mehanizme izolacije i negiranja kao mehanizama koji uistinu imaju defenzivnu funkciju. Za razliku od toga, za poništavanje su našli potvrdu, ali ne u smislu mehanizma koji služi obrani od određene prijetnje. Isto tako za projekciju smatraju da je više nusprodukt obrane, a ne da samostalno predstavlja mehanizam obrane. Za mehanizam premještanja nisu pronašli potporu koja bi imala smisla, dok za mehanizam sublimacije nisu našli nikakve dokaze.

Kohezija teorija u novije vrijeme

U novije vrijeme mogu se u literaturi pronaći pokušaji spajanja više teorijskih pretpostavki i perspektiva (koje se tiču obrambenih mehanizama) u jednu cjelinu. Također, postoje neki suvremeni pogledi na obrambene mehanizme. Među njima je i teorija Brad Bowinsa (2004) koji je ponudio novi pogled na obrambene mehanizme. Ono što njegovu teoriju karakterizira je to što su u njoj obrambeni mehanizmi prvenstveno pozitivni i adaptivni mehanizmi. Bowins pretpostavlja da postoji široki spektar psiholoških obrambenih mehanizama koji nastaju kao odgovor na pojačane negativne emocije. Ti mehanizmi potječu od dva temeljna mehanizma koji se preklapaju, a to su kognitivne distorzije i disocijacija. Disocijacija ovdje predstavlja sposobnost adaptivnog odvajanja od uznemirujućih emocionalnih stanja, a kognitivne distorzije omogućuju doživljavanje poboljšavanja ega. Bowins ne pretpostavlja da su svi ti mehanizmi nužno pozitivni, on smatra da u većini slučajeva oni promiču emocionalno zdravlje kad postoje u blagom ili umjerenom obliku, a samo nekad su disfunkcionalni. Prema tome, upotreba obrambenih mehanizama koji se temelje na disocijaciji i kognitivnim

distorzijama predstavlja važnu komponentu u čovjekovom sveukupnom kapacitetu održavanja pozitivnih i stabilnih emocionalnih stanja.

Hart (2014) u pregledu teorija koje se na neki način bave obrambenim mehanizmima, zaključuje da postoji puno teorija koje su u osnovi ne razlikuju, već samo koriste druge termine što otežava ujedinjavanje spoznaja o obrambenim mehanizmima. Od teorija koje se na neki način bave funkcijom psihološke obrane on navodi teoriju privrženosti, spoj teorije privrženosti i teorije upravljanja terorom, teorija samoafirmacije, model održavanja smisla, teorije kompenzacije nesigurnosti itd., pokazujući time mnoštvo teorija koje se razlikuju po terminologiji, ali u suštini se bave sličnim procesima ili se mogu pomoću njih objasniti isti mehanizmi obrane. On također razrađuje svoj predložak za istraživanje obrambenih mehanizama kombinirajući pretpostavke teorije upravljanja terorom, teorije privrženosti te teorije konzistentnosti. Takvom kombinacijom se pretpostavlja da u središtu obrambenih mehanizama je nesigurnost, odnosno poimanje vlastite ranjivosti i anksioznost povezana s time. Prema tome, ljudi su najviše motivirani biti pripremljeni na različite vrste prijetnje, a uočavanje određene prijetnje aktivira anksioznost i sustav motivacije koji producira kompenzatorne odgovore. Oko tog središnjeg konstrukta sigurnosti, on nadovezuje sustav privrženosti, bazične sustave regulacije emocija i bihevioralni sustav samozaštite te sustav asocijativne povezanosti između privrženosti, samopouzdanja i reprezentacija povezanih s pogledima na svijet. Sveukupno gledajući, njegova teorija preuzima taksonomiju obrambenih mehanizama, uključuje njihov razvojni put i evolucijsko podrijetlo, način kako se to sve spaja u kogniciji te na kraju pretpostavlja predviđanja o individualnim razlikama.

Kritički osvrt

Pregledavajući razne oblike u koje su transformirani obrambeni mehanizmi ličnosti može se zaključiti nekoliko stvari. Unatoč mnogim teorijskim razmatranjima i istraživačkim nalazima, ne postoji ni približno jednako shvaćanje obrambenih mehanizama u suvremenoj psihologiji. Uzimajući u obzir da je barem okvirna definicija potrebna za dubinska istraživanja kojima bi se dao uvid u funkcioniranje i strukturu obrambenih mehanizama, može se zaključiti da neslaganje oko poimanja obrambenih mehanizama priječi put empirijskim istraživanjima. No, čak i ako pretpostavimo da je moguće istraživati ih koristeći određenu definiciju, dolazimo do

idućeg problema. Naime, kada bi smo imali istraživanja koja proučavaju obrambene mehanizme (ili kako bi se već zvali) definirajući ih svatko na svoj način, bilo bi teško napraviti opći zaključak iz tih istraživanja. Naposljetku, možda najveća mana neslaganja oko definicije obrambenih mehanizama je to što takvo čisto nakupljanje rezultata raznih istraživanja ne bi omogućilo praktičnu primjenu.

Idući zaključak koji se može dobiti iz ovog pregleda je taj da obrambeni mehanizmi barem u implicitnom obliku postoje u raznim područjima psihologije. U ovom radu navedena su neka, premda detaljnijim istraživanjem mogu se naći dodatne primjene u kliničkoj psihologiji (Cramer, 2000), indicije za evolucijsku (Bowins, 2004) te čak i organizacijsku psihologiju (Jacques, 1953, Lyth, 1960; prema Teo i sur., 2014). Unatoč tomu, često kad se spominju obrambeni mehanizmi, oni se objašnjavaju pomoću tradicionalnog Freudovog shvaćanja i ukazuje se na njihovu nepouzdanost i empirijsku neprovjerenost. Takav stav bi se trebao promijeniti jer od njegovog vremena, postoji zapravo mnoštvo istraživanja kojima se upravo daje ono što svi većinom zamjeraju konstruktima nastali u tradicionalnoj psihoanalizi, a to je empirijska potpora. Činjenica da se oni danas ne promatraju s onog stajališta kako je to Freud zamislio, ne znači da obrambeni mehanizmi imaju manju vrijednost u objašnjavanju ljudskog ponašanja, već samo da se nalaze u promijenjenom obliku. Kao i većina konstrukata koja doživljavaju nadogradnje i izmjene istraživanjima nakon njihovog originalnog „otkrića“, tako i su i obrambeni mehanizmi promijenjeni samo na puno implicitniji način, skrivajući se iza različite taksonomije. To pogotovo vrijedi za područje socijalne psihologije, u kojoj kako je pokazano, puno njihovih konstrukata koji su danas široko prihvaćeni zapravo jako naliče obrambenim mehanizmima i njihovim funkcijama.

No, danas možemo uvidjeti i pomalo suprotan trend. Odnosno, mogu se pronaći teorije koje koriste pretpostavke i konstrukte iz raznih teorija (koje su nastale kako bi se objasnilo obrambeno ponašanje ljudi) koje ih ujediniju u jednu cjelinu. Takvo spajanje izgleda vrlo udaljeno od onog tradicionalnog objašnjavanja obrambenih mehanizama te je potrebno više istraživanja koja bi provjerila takve nove teorije. Na kraju, ni takvo inventivno objašnjenje ne garantira da ono tumači obrambene mehanizme na potpuno drugačiji način. Kao što se do sada moglo zaključiti, vrlo je lako promijeniti imena raznim procesima i konstruktima, tako da su oni naizgled vrlo drugačiji od prethodnih objašnjenja, a u suštini se objašnjavaju iste stvari na sličan način. No, to ne znači da istraživanja takvih teorija ne bi urodila novim saznanjima ili bi stvorila redundantna objašnjenja, samo da je potrebno prepoznati sličnost

između različito objašnjenih konstrukata kako bi ujediniili rezultati nastali iz različitih područja istraživanja obrambenih mehanizama.

Na kraju može se postaviti pitanje zašto obrambeni mehanizmi nemaju priznato mjesto u psihologiji koje bi trebali imati uzimajući u obzir njihovu povijest, razne teorije koje se njima bave, empirijska istraživanja te obnovljeni interes za njih? Najprije treba spomenuti da su u četvrtom izdanju Dijagnostičkog i statističkog priručnika za duševne poremećaje (DSM – IV) obrambeni mehanizmi dobili određeno priznanje tako da je u taj priručnik uvrštena hijerarhijska skala obrambenih mehanizama kao neobavezna os. Ukupno trideset obrambenih mehanizama je priznato i raspoređeno na sedam razina. Zanimljivo je to da u reviziji tog priručnika (DSM – V) oni su isključeni, što ostavlja ovo pitanje otvorenim. Tom temom se bavila i Julie K. Norem (1998), pokušavajući razjasniti zašto unatoč postojanju konstrukata u socijalnoj ličnosti i psihologiji ličnosti koji su usko povezani s obrambenim mehanizmima ličnosti, ne postoji više paradigmi koje uključuju opširnu teoretsku i empirijsku obradu takvih mehanizama. Ona na kraju ističe kako više teorijskog i empirijskog promišljanja o obrambenim mehanizmima može produbiti interpretacije o već dobivenim rezultatima te dati vrijedan heuristički okvir za integraciju ličnosti i socijalnog ponašanja.

Pregledom sadašnjeg stanja proučavanja može se dobiti utisak kako je koncept obrambenih mehanizama još uvijek daleko od takve integracije ili barem njenog širokog prihvatanja. Potrebno je još puno rada na ujedinjavanju različitih do sada iznesenih objašnjenja obrambenih mehanizama, pronalaženja jedinstvene taksonomije, pravih metoda proučavanja, no prvotno se treba postići široko priznavanje postojanja obrambenih mehanizama bez obzira koliko oni bili udaljeni od njihovog prvotnog definiranja. Kako bi se to ostvarilo potrebno je odmaknuti se od stajališta da se konstrukti koji podrazumijevaju procese izvan svijesti ne mogu proučavati i pronaći objašnjenje i definiciju obrambenih mehanizama koja bi bila u skladu s modernim saznanjima i trendovima u psihologiji.

Literatura

- Baumeister, R.F., Dale, K., i Sommer, K.L. (1998). Freudian Defense Mechanisms and Empirical Findings in Modern Social Psychology: Reaction Formation, Projection, Displacement, Undoing, Isolation, Sublimation, and Denial. *Journal of Personality*, 66(6), 1081 – 1095.
- Bowins, B. (2004). Psychological defense mechanisms: A new perspective. *The American Journal of Psychoanalysis*, 64(1), 1-26.
- Cramer, P. (2000). Defense Mechanisms in Psychology Today: Further Processes for Adaptation. *American Psychologist*, 55(6), 637-646.
- Cramer, P. (1991). *The development of defense mechanisms: theory, research, and assessment*. New York: Springer-Verlag Inc.
- Fulgosi, Ante. (1997). *Psihologija ličnosti: teorije i istraživanja*. Zagreb: Školska knjiga.
- Hart, J. (2014). Toward an Integrative Theory of Psychological Defense. *Perspectives on Psychological Science*, 9(19), 19-39.
- Hentschel, U., Smith, G., Draguns, J.G., i Ehlers, W. (2004). *Defense mechanisms theoretical, research and clinical perspectives*. Amsterdam: Elsevier Inc.
- Hentschel, U., Smith, G., Draguns, J.G., i Ehlers, W. (1993). *The Concept of Defense Mechanisms in Contemporary Psychology Theoretical, Research, and Clinical Perspectives*. New York: Springer-Verlag Inc.
- Hock, R.R. (2004). *Četrdeset znanstvenih studija koje su promijenile psihologiju*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Hogan, R., Johnson, J., i Briggs, S. (1997). *Handbook of Personality Psychology*. San Diego, CA: Academic Press.
- Kernberg, P.F. (1994). Mechanisms of defense: Development and research perspectives. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 58(1), 33-55.
- Larsen, R.J. i Buss, D.M. (2008). *Psihologija ličnosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Muris, P., Winands, D., i Horselenberg, R. (2003). Defense Styles, Personality Traits, and Psychopathological Symptoms in Nonclinical Adolescents. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 191(12), 771-780.
- Maricutoiu, L.P i Crasovan, D.I. (2014). Coping and defence mechanisms: What are we assessing?. *International Journal of Psychology*.

- Norem, J.K. (1998). Why Should We Lower Our Defenses About Defense Mechanisms?. *Journal of Personality* 66(6), 895-916.
- Petraglia, J., Thygesen, K.L, Lecours, S. i Drapeau, M. (2009). Gender Differences in Self-Reported Defense Mechanisms: A Study Using the New Defense Style Questionnaire-60. *American Journal of Psychotherapy*, 63(1), 87-99.
- Petz, B. (ur.) (2005). *Psihologijski rječnik*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Tallandini, M.A. i Cadek, C., (2010). Defense mechanisms development in typical children. *Psychotherapy Research*, 20(5), 535-545.
- Teo, T.(ur.). (2014). *Encyclopedia of Critical Psychology*. New York: Springer Science+Business Media.
- Zeigler-Hill, V. i Pratt, D.W. (2007). Defense Styles and the Interpersonal Circumplex: The Interpersonal Nature of Psychological Defense. *Journal of Psychiatry, Psychology and Mental Health*, 1(2), 1-15.

